

預防跌倒護理指導 ---住院病童篇



 醫療財團法人辜公亮基金會和信治癌中心醫院
KOO FOUNDATION SUN YAT-SEN CANCER CENTER

台北市北投區立德路125號 代表號：(02) 28970011/(02) 66030011

預約掛號：(02) 28971177 網址：www.kfsyscc.org

癌症暨健康篩檢專線：(02) 28971133或(02) 28970011分機3205~8

環境會影響身心的安全與舒適感，安全與舒適的環境可以穩定心緒，避免不必要的傷害。當孩子住院時，可能因為環境陌生、疾病或治療引起身體虛弱、藥物之副作用、身上管路造成活動不便...等等，具有高危險跌倒之風險。學步期的兒童或體力較虛弱、活動不便者兒童，應該特別注意住院環境的安全與預防跌倒。跌倒輕則造成皮肉外傷、淤血；重則骨折，需要開刀、復健，導致行動不便，甚至造成嚴重影響。

預防措施做得好，跌倒傷害自然少。希望透過以下資訊可以協助您將此風險降至最低。

病童住院安全

1. 三歲以上至十三歲兒童無法獨立自主，需隨時依賴他人照顧。
2. 所有病童住院都需要成年家屬陪伴，不能單獨處於病室，十三歲以下病童家屬若需離開病房單位(包含如廁)，請告知護理人員，由護理人員到病房單位陪伴病人直到家屬回到病房。
3. 護理人員將於病童入院時教導家屬下列物品使用方式及注意事項，請病童及家屬務必熟悉：
 - 叫人鈴使用方式，並將叫人鈴放置適當、可隨手取得之位置。
 - 床欄保持升起狀態。請將病床降至最低或病童雙腳可著地高度讓病人可以安全上下床。
4. 請將常用物品放置於視野內且易拿取之範圍，尿壺或便盆輪椅擺放在床邊方便的位置。

5. 保持地面乾燥，避免濕滑。若發現地板潮濕，請您立即通知護理人員。
6. 三歲以下病童或是體型較小病童建議使用兒童病床。
7. 禁止兒童在床上攀爬。
8. 禁止兒童在娃娃車或輪椅上玩耍。
9. 請勿在走道上奔跑。

活動安全

下床方法及注意事項

A. 採漸進式下床活動：

- ◆ 搖高床頭，使孩子慢慢地由躺臥改為坐姿 → 坐於床上至少 5-10 分鐘，可擺動雙腳促進下肢血液回流 → 無不舒適感覺後再緩慢下床。
- ◆ 下床或改變姿勢時，動作應放慢。
- ◆ 體力許可時可儘早下床活動，並逐日增加下床活動的時間。
- ◆ 步態不穩或使用助行器、拐杖者，下床活動時需有家屬或醫護人員陪伴扶持。
- ◆ 病童若偏癱，建議由健側下床，例如：右側偏癱，建議由左側下床。
- ◆ 避免使用會傾斜或是可能滑動的傢俱當支撐，例如床旁桌或是點滴架。
- ◆ 請勿將活動點滴架當成滑板玩耍。

B. 如廁時應注意事項：

- ◆ 如廁前務必打開廁所的燈。
- ◆ 小心注意廁所地板是否潮濕。
- ◆ 上廁所蹲下及站起時，動作宜緩慢。
- ◆ 小心浴廁內門檻，避免絆倒。
- ◆ 活動不便的病童上廁所時一定要有家屬或護理人員陪同，勿單獨留在廁所內，以免轉身或改變姿勢時跌倒。
- ◆ 孩子應穿著大小合適衣物及合腳的鞋，避免影響活動。

兒科病床使用注意事項

院內兒科病床為手動控制病床，床欄升降須手拉床欄邊握把，拉起握把後調整床欄到需要的高度(圖一)。床頭及床尾升降可由床尾的升降搖桿(圖二)調整。



圖一



圖二

輔具的使用及注意事項

護理人員將評估病童的需求並教導下列輔具使用方式及注意事項，請您務必熟悉。若病人體型較小，建議使用固定帶。

輪椅/便盆輪椅之使用方法及注意事項：

A. 協助病人坐入輪椅

- ◆ 輪椅放置床尾，與床尾呈四十五度角或平行放置。
- ◆ 固定輪椅，收起腳踏板。
- ◆ 如上述漸進式活動方式，協助病人自床上慢慢坐於床緣，再將病人移坐於輪椅上，最後放下腳踏板。建議視病人情況使用固定帶，避免病人滑落。

B. 協助病人自輪椅返回病床

- ◆ 同上(1)~(3)步驟。
- ◆ 鼓勵病童站立時儘量利用較有力的腿幫忙支持身體重量。
- ◆ 確定病童站穩後，再協助病人平穩坐於床緣，恢復舒適臥位。
- ◆ 如需協助時，請按叫人鈴由護理人員協助。
- ◆ 輔具未使用時請置放於適當、安全位置。

自我照護 201606 制定
護理部 病人與家屬教育小組

交通指南

一、捷運：淡水線捷運

忠義站下車：5-10 分鐘步行即到醫院

關渡站下車：免費接駁車每 20 分鐘行駛一班次

◎ 接駁車站牌在和信醫院正門口及關渡捷運站門口牌處

◎ 週六下午及醫院休診日不行駛

◎ **班次時間表請參閱 ”和信治癌中心醫院與您”雙週刊或網路查詢**

二、公車

公車如走中央北路則在「和信醫院」站牌下車；
公車如走大度路則在「大度立德路口」站牌下車。

◎ 大南客運：223、302、小 23

◎ 指南客運：308 (竹圍-台北車站)、淡大-北門、淡海-北門

◎ 淡水客運：632 (八里-北投)、三芝-台北

